

Menschen & Energie

01 2024

Süwag



Viele Extras und
Gewinnchancen in der
Digital-Ausgabe

Lass die Sonne rein!

Wie uns der Frühling neue Energie spendet

SAUBER

Tipps für nachhaltigen
Frühjahrsputz

GRÜN

Sonnenstrom vom
eigenen Dach ernten

LECKER

Köstliche Tarte mit
frischem Spargel

[suewag.de](https://www.suewag.de)

Menschen & Energie

01 2024



*Liebe Leserin,
lieber Leser,*

im Frühling stehen die Zeichen auf Neubeginn: Wir haben wieder Lust, mehr zu unternehmen und Liegengelassenes anzupacken. Anpacken, das möchte ich auch als neue Sprecherin des Süwag-Kundenbeirats. Sich aktiv mit eigenen Ideen in die Arbeit des Energieversorgers einbringen zu dürfen, empfinde ich als tolle Chance. Ich kann selbst etwas bewegen – und bekomme gleichzeitig spannende Einblicke: Welche Herausforderungen bringt die Energiewende mit sich, wie gelingt der Netzausbau oder was tut die Süwag, um digitaler zu werden?

Gemeinsam mit allen Beiratsmitgliedern möchten wir die Süwag-Energiewelt noch besser machen, eine Stimme für alle Kunden sein (siehe Seite 12). Was wir konkret erreichen möchten? Dazu entwickeln wir in der kommenden Zeit gemeinsam Pläne. Klar ist: Schon jetzt haben wir viele neue Anregungen in petto! Neu ist übrigens auch einiges in der „Menschen & Energie“: Das Kundenmagazin hat sich optisch und inhaltlich für Sie frisch gemacht. Viel Spaß beim Entdecken!

Es grüßt Sie herzlich

Christin Julia Dürheimer,
Sprecherin Süwag-Kundenbeirat

In dieser Ausgabe

Energie

12 | News

Großes EM-Gewinnspiel, Energiemythen auf dem Prüfstand und vieles mehr

14 | Saubere Sache

Ran an den Dreck – aber nachhaltig! Eine Expertin gibt Tipps für den Frühjahrsputz

16 | Die Natur macht's vor

Ganz schön clever: Diese Pflanzen und Tiere waren Vorbild für smarte Energielösungen





Erlebnis

20 | Das ist los in Ihrer Region

Von Upcycling bis Fahrradtour: Unsere Ideen für Ihre Freizeit im Frühling

22 | Basteln mit Jörn

Sei ein Wetterfrosch: Jörn zeigt dir, wie du ein Barometer bastelst und damit den Luftdruck misst

23 | Energie-Häppchen

Mit dieser Spargelarte bringen Sie den Frühling auf den Teller – probieren Sie unser Schlemmerrezept!

18 | Wärme aus dem Brunnen

In Mainz entsteht ein neues Wohnquartier mit Rheinblick – und innovativem Heizkonzept

19 | „Energiewende mitgestalten“

Gizem Kayar startet als Trainee bei der Süwag durch. Mach's wie sie und bewirb dich!

19 | Ihre Chance, um durchzustarten

Lust auf was Neues? Wie Sie jetzt bei der Süwag Ihren Traumjob mit Zukunft finden



Inspiration

4 | Hallo Frühling!

Neue Jahreszeit, neue Energie: Warum der Frühling Körper und Geist auf Touren bringt

7 | 4 Tipps für Sonnenanbeter

Ob Lichtwecker oder Vitamin-D-Booster: So profitiert Ihr Wohlbefinden von der Frühlingssonne

8 | Herr Huth fängt die Sonne ein

Nutzen Sie die Energie der Sonne zur Stromerzeugung: Süwag-Kunde Herbert Huth aus Karlstein macht vor, wie es geht.



Jetzt Online-Extras entdecken!

Immer, wenn Sie dieses Symbol sehen, haben wir im Online-Magazin zusätzliche Inhalte und Services für Sie vorbereitet. Sie möchten die gedruckte Ausgabe abbestellen und künftig nur noch digital lesen? Auch das können Sie uns online mitteilen – jetzt reinklicken!



[+ suewag.de/kundenmagazin](https://suewag.de/kundenmagazin)



IHR VORTEIL

Gewinnen Sie eine
Eismaschine – und starten
Sie mit köstlichem Eisgenuss
in den Frühling!

SEITE 6

Hallo Frühling!

SONNE Endlich wieder draußen sein: Mit der Frühlingssonne kommt die Unternehmungslust zurück. Kein Wunder, die warmen Strahlen versorgen uns im wahrsten Sinne des Wortes mit neuer Energie.



Süwag-Kunde Herbert Huth
nutzt sein Sonnenpotenzial.

SEITE 8

Spüren Sie es auch? Wenn die Tage allmählich länger werden, die Sonne an Kraft gewinnt und in der Natur das Grün sprießt, ist sie plötzlich wieder da: unsere Energie. Der Frühlingsanfang geht bei vielen Menschen mit neuem Tatendrang einher. Wir sind unternehmungslustig und einfach gut drauf.

Der Grund ist teils psychologischer Natur, meint Helmut Schatz. „Mit dem Wechsel in die neue Jahreszeit wirkt ein Potpourri an Sinnesreizen auf uns ein.“ Bunte Farben, angenehme Gerüche und Co. wecken „Frühlingsgefühle“ in uns. Doch nicht nur sie: Eine wichtige Rolle spielt das Licht, weiß der emeritierte Professor der Ruhr-Universität Bochum und Sprecher der Deutschen Gesellschaft für Endokrinologie.

Aufgehellte Stimmung

Die Endokrinologie beschäftigt sich mit unserem Stoffwechsel und unseren Hormonen. Einer dieser körpereigenen Botenstoffe ist Melatonin. Er wird in der sogenannten Zirbeldrüse im Gehirn gebildet und regelt unseren Schlaf-Wach-Rhythmus. Tageslicht unterdrückt die Produktion dieses Schlafhormons und sorgt dafür, dass wir tagsüber wach sind. In der dunklen Jahreszeit ist Licht jedoch auch am Tag mitunter Mangelware. Dann steigt der Melatonin-Spiegel, wir können uns müde und antriebslos fühlen. Wenn die Tage heller werden, passiert das Gegenteil: Der Pegel des Schlafbotenstoffs sinkt. „Wir werden wacher und fühlen uns wohler“, erklärt Schatz.

Daneben stimuliert das Tageslicht auch die Ausschüttung anderer Botenstoffe wie Serotonin, Dopamin oder Adrenalin – im Volksmund nicht ohne Grund als Glückshormone bekannt. Und: Es hilft dem Körper dabei, das für ihn lebenswichtige Vitamin D zu produzieren. „Vitamin D ist unter anderem für die Knochengesundheit, die Muskeln und das Immunsystem von Bedeutung“, sagt Helmut Schatz. „Nur einen kleinen Teil unseres Bedarfs können wir über Vitamin-D-haltige Speisen wie Fisch abdecken. Den größten Teil stellt unser Organismus selbst her. Dafür braucht er Licht, genauer gesagt: den ultravioletten Anteil der Sonnenstrahlung.“

Wie das funktioniert? In unseren Hautzellen ist eine Vorstufe von Vitamin D, das Provitamin D3, vorhanden. Trifft nun energiereiche UV-B-Strahlung auf unsere Haut, setzt das eine Stoffwechselreaktion in Gang: Aus dem Provitamin wird in mehreren Schritten schließlich Vitamin D gebildet.

Im Winter kommt dieser Prozess oft zum Erliegen. Denn wir halten uns seltener draußen auf und die UV-Strahlung ist weniger intensiv. Für den Körper kein Problem! Er legt einen Vorrat an, der uns in der dunklen Jahreszeit gut versorgt. Jetzt, im Frühling, können wir diese Speicher wieder auffüllen.

Es ist also nicht nur ein Gefühl. Der Frühling macht wirklich etwas mit uns. Er hellt unser Gemüt im wahrsten Sinne des Wortes auf und tut auch unserem Körper gut. Also, dann mal los: Nichts wie raus, die erwachende Natur genießen, dazu vielleicht noch das erste Eis der Saison – was könnte es Schöneres geben?



GEWINNEN SIE EINE EISMASCHINE!

So schmeckt der Frühling! Mit dieser Eismaschine machen Sie Ihr Lieblingseis zu Hause selbst – ganz einfach und schnell. Jetzt bis zum 15. Mai 2024 online mitmachen, dort haben wir übrigens auch leckere Eisrezepte für Sie vorbereitet:

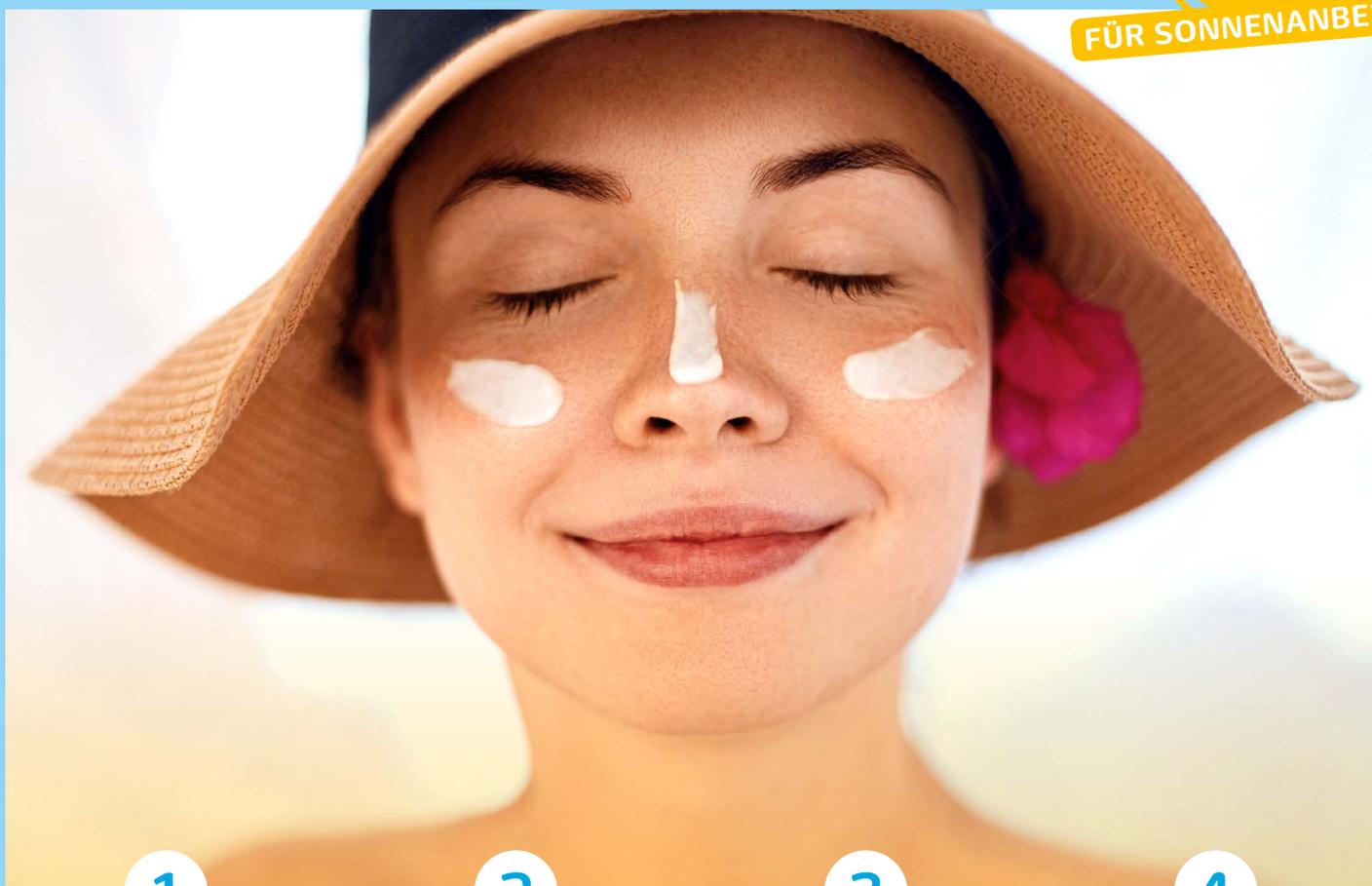
+ suewag.de/eis



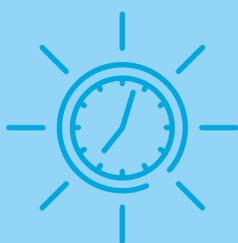
Sonnenlicht tut gut!

4
Tipps

FÜR SONNENANBETER



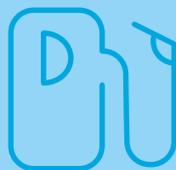
1



Natürlich geweckt

Morgens wird es jetzt wieder früher hell. Eine gute Möglichkeit, sanft in den Tag zu starten: Lassen Sie im Schlafzimmer die Vorhänge offen. Das durchs Fenster einfallende Tageslicht hilft dem Körper, von alleine wach zu werden – ganz ohne schrillen Alarmton.

2



Vitamin D tanken

Schon 10 bis 15 Minuten pro Tag reichen aus: Mit einem Spaziergang im Freien füllen Sie die Vitamin-D-Speicher auf. Unser Körper bildet das Hormon mithilfe von UV-Licht in der Haut. „Dafür genügt es, wenn Gesicht, Hände und zum Beispiel die Unterarme frei sind“, sagt Helmut Schatz.

3



Richtig geschützt

Im Frühling hat die Sonne weniger Kraft als im Sommer. Sind dennoch Sonnenbrille und Sonnencreme ratsam? Das verrät der UV-Index, den Sie in Ihrer Wetter-App oder auf der Webseite des Deutschen Wetterdienstes finden. Ab einem Wert von drei empfehlen Experten Schutzmaßnahmen.

4



Besser cremen

Chemische UV-Filter in Sonnencremes können bei empfindlichen Menschen Allergien auslösen. Manche stehen außerdem im Verdacht, unser Hormonsystem zu stören. Eine gute Alternative sind zertifizierte Naturkosmetikprodukte: Sie dürfen nur mineralische Lichtschutzfilter enthalten.



Sonnige Aussichten: Dank Solaranlage auf dem Dach produziert Süwag-Kunde Herbert Huth seinen eigenen grünen Strom.

Herr Huth fängt die Sonne ein

Der Winter war über weite Strecken nass und grau. Umso mehr freut sich Herbert Huth, dass der Frühling da ist. Wenn die Sonne mehrere Stunden am Tag hell und warm vom Himmel strahlt, sitzt der Rentner gerne gemütlich auf seiner Terrasse oder fährt eine Runde mit dem Rad. So tankt er Energie – und nicht nur bei ihm selbst füllen sich bei gutem Wetter die Speicher auf.

Auch die Solaranlage auf dem Dach seines Hauses in Karlstein am Main produziert dann fleißig Energie. Sie versorgt unter anderem die Wärmepumpe und das Elektroauto mit grünem Strom. Energie, die nicht direkt im Haushalt verbraucht wird, fließt in einen Batteriespeicher.

„
Besonders praktisch fanden wir, dass alles aus einer Hand war.
“

Herbert Huth
Süwag-Kunde

„Meiner Frau und mir war es schon immer wichtig, einen Beitrag zum Klimaschutz und zur Energiewende zu leisten“, erzählt Herbert Huth. „Schon als wir unser Haus 2003 gebaut haben, haben wir über eine Photovoltaikanlage nachgedacht. Doch die Dachausrichtung nach Osten und Westen erwies sich damals als ungünstig, die Technik war noch nicht so weit.“ Die Idee aber behielt das Ehepaar im Hinterkopf. Sonne gibt es in seiner Heimat schließlich satt: Bayern gehört zu den sonnenscheinreichsten Bundesländern in Deutschland.

Ein Artikel über Solarenergie in der „Menschen & Energie“ lieferte etliche Jahre später die Inspiration für einen erneuten Anlauf. „Wir haben dann einfach mal Kontakt zu unserem Energieversorger aufgenommen und gefragt, was möglich ist.“ Das Ergebnis der Vor-Ort-Begehung: Eine Solaranlage für die Huths lohnt sich – die Planung der Anlage samt passendem 9-Kilowatt-Speicher konnte beginnen. „Die Süwag hat »



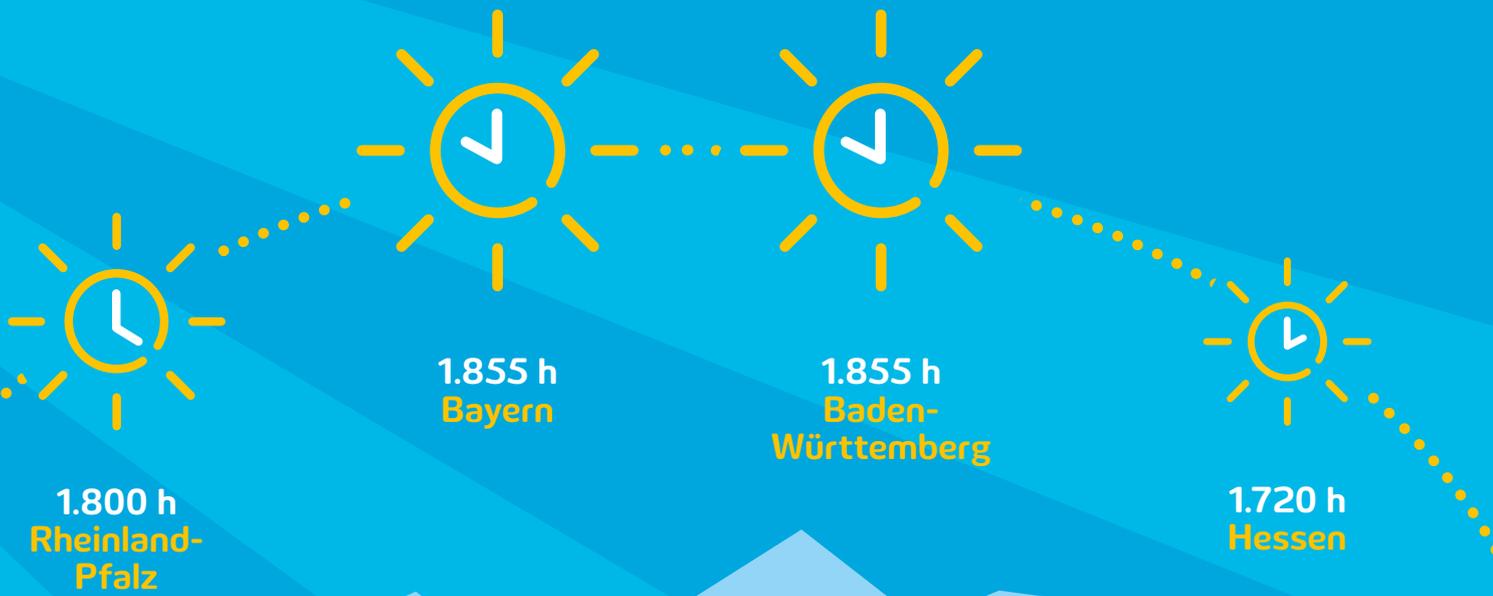
MEIN JOB

Bei der Süwag gibt es viele spannende Jobs – einen davon hat Jonathan Hein:

„Als Referent für neue Energielösungen habe ich jeden Tag die Chance, die Energiewende in der Region aktiv mitzugestalten. Das gibt mir ein gutes Gefühl. Ich schätze es, Verantwortung zu tragen und immer wieder neue Ideen entwickeln zu können. Langweilig wird's dabei nie, denn Stillstand gibt's in unserem Team nicht.“ Das klingt gut für Sie? Jetzt Stellenangebote checken und bewerben:

[+ suewag.com/job](https://www.suewag.com/job)





Platz an der Sonne

Im vergangenen Jahr zeigte sich die Sonne am häufigsten in Baden-Württemberg und Bayern: rund 1.855 Stunden. Auch die anderen beiden Bundesländer im Süwag-Gebiet, Rheinland-Pfalz und Hessen, sind von der Sonne verwöhnt.

Quelle: Deutscher Wetterdienst

70

Prozent Ihres Strombedarfs decken Sie mit der eigenen Solaranlage.

Photovoltaik

„Nicht nur auf Süddächern sinnvoll“

Herr Hein, welchen Anteil meines Stromverbrauchs kann ich mit einer Solaranlage selbst produzieren?

Das hängt unter anderem von der Größe der Solaranlage ab. In der Regel planen wir Ihre Anlage aber so, dass Sie möglichst 70 Prozent Ihres Eigenbedarfs mit eigenem Sonnenstrom abdecken können. Wie wir das am besten erreichen, besprechen wir gerne bei einer kostenlosen Erstberatung – und erstellen dann ein individuelles Konzept.

Braucht mein Dach eine bestimmte Ausrichtung, damit sich eine Photovoltaikanlage lohnt?

Viele meinen, dass eine Solaranlage nur auf einem Süddach sinnvoll ist. Das stimmt nicht! Moderne Anlagen erzielen auch auf nach Osten oder Westen geneigten Dächern sehr gute Renditen. Sogar ein Norddach kann sich unter Umständen eignen, wenngleich die Energieausbeute deutlich geringer ist. Hier gilt: Je flacher der Neigungswinkel, desto höher der Ertrag.



an Jonathan Hein, Süwag-Experte für neue Energielösungen

Worauf kommt es sonst noch an?

Die Statik und der Bauzustand des Daches sind für eine sichere Installation natürlich entscheidend. Außerdem sollte eine gewisse Fläche für die Solaranlage zur Verfügung stehen: Mindestens 20 Quadratmeter freie Dachfläche sollten es schon sein.



Alles zu unseren Solarangeboten finden Sie unter [+ suewag.de/solar](https://www.suewag.de/solar)

uns gut beraten und uns eine super Gesamtlösung angeboten. Besonders praktisch fanden wir, dass alles aus einer Hand war und sich die Süwag zum Beispiel auch um die Handwerker gekümmert hat“, berichtet Huth.

Diese Rundum-Betreuung wusste der ehemalige Gemeindegemeinderat auch bei seinen nächsten Energieprojekten zu schätzen. Auf Solaranlage und Speicher folgten eine Wallbox fürs E-Auto und im Dezember 2022 eine Wärmepumpe. „So möchten wir unseren eigenen Sonnenstrom noch besser nutzen“, sagt Herbert Huth. Eine clevere Entscheidung, wie ihm Süwag-Experte Jonathan Hein bestätigt: „Wärmepumpen gehören zu den effizientesten Heiztechnologien. Mit Ökostrom arbeiten sie sogar CO₂-neutral – umso besser, wenn Sie den kostenlos mit der eigenen Solaranlage gewinnen können!“

Herbert Huth ist zufrieden: In den Sommermonaten deckt er einen großen Teil seines Energieverbrauchs mithilfe von Solarenergie – und kann das, was ihm die Sonne liefert, richtig ausschöpfen. „Unser Eigenverbrauch liegt im Schnitt bei rund 90 Prozent.“

Die ersten Nachbarn in der Umgebung haben die Huths schon angesteckt mit ihrer Begeisterung für die Kraft der Sonne. Ob bald noch mehr Solarmodule auf den Hausdächern in der unterfränkischen Gemeinde auftauchen? Die Süwag zumindest wäre vorbereitet: „Aufgrund der hohen Nachfrage gab es zuletzt immer wieder Lieferschwierigkeiten, sodass unsere Kunden leider mit Wartezeiten rechnen mussten“, sagt Jonathan Hein. „Inzwischen aber haben wir keine Probleme mehr. Wir haben viele Produkte im eigenen Lager und sind breit aufgestellt.“

Effizienz im Blick: Die Smartphone-App zeigt Herbert Huth genau, wie viel Solarstrom seine Anlage erzeugt.





Gestalten Sie mit!

Sie sagen ihre Meinung zu Services und Angeboten, liefern Ideen und Denkanstöße: die Mitglieder unseres Kundenbeirats. Im vergangenen Jahr ist ein neu gewähltes Team an den Start gegangen, das unsere Arbeit bis 2025 begleiten wird. Stellvertretend für Sie alle gehen die Beiratsmitglieder mit uns in den Austausch. So wollen wir unsere Energiewelt weiter verbessern, für noch mehr zufriedene Kunden! Sie möchten mitreden? Kein Problem: Während unser Präsenz-Kundenbeirat für mehrere Jahre gewählt wird, suchen wir jederzeit Kandidaten für unseren Online-Beirat. Jetzt per Mail bewerben:

kundenbeirat@suewag.de

Let's chat!



Sie haben eine Frage und brauchen schnell Hilfe? Unser Kundenservice ist seit Kurzem auch per WhatsApp für Sie erreichbar. Probieren Sie es aus!

[+ suewag.de/chat](https://www.suewag.de/chat)



„Bei 30 Grad wird die Wäsche nicht richtig sauber“

FAKE! „Je heißer der Waschgang, desto sauberer wird die Wäsche – kaum ein Vorurteil hält sich so hartnäckig wie dieses. Es ist Jahrzehnte her, dass an dieser Aussage etwas dran war. Denn heutige Waschmittel und Waschprogramme bekommen normal verschmutzte Wäsche mühelos sauber – auch bei nur 30 Grad. Das schont den Geldbeutel. Denn wer mit 30 statt mit 60 Grad wäscht, spart rund zwei Drittel der Energie, die für das Aufheizen des Wassers benötigt werden. Je nachdem, wie häufig Sie waschen, kann die Halbierung der Temperatur bis zu 100 Euro pro Jahr ausmachen! Netter Nebeneffekt: Die Kleidung wird schonender gewaschen – und bleibt länger heil und schön!“



Carina Keller
Süwag-Nachhaltigkeitsexpertin

Wir klopfen regelmäßig vermeintliche Tatsachen auf ihren Wahrheitsgehalt ab. Möchten Sie ein Vorurteil überprüfen lassen? Dann schicken Sie es uns!
kundenmagazin@suewag.de



ONLINE



EM-Aktion: Ihr Tipp gewinnt!

In wenigen Wochen startet die Fußball-EM. Ob's ein Sommermärchen für die deutsche Mannschaft wird? Tippen Sie mit und nutzen Sie Ihre Gewinnchance:

- 1. Preis:** eine Reise ins Land des Europameisters
- 2.-3. Preis:** ein Trikotset Ihrer Lieblingsmannschaft
- 4.-20. Preis:** offizieller EM-Fußball

[+ suewag.de/gewinn-em](https://suewag.de/gewinn-em)



Football live erleben

Wir lieben Football! Deshalb unterstützen wir die Frankfurt Galaxy auch für die nächsten zwei Jahre als Kooperationspartner. Sichern Sie sich Ihre Chance auf Tickets für das erste Heimspiel am 2. Juni gegen Rhein Fire Düsseldorf unter [+ suewag.de/gewinn-football](https://suewag.de/gewinn-football)



Kleine Faser, große Wirkung

Christopher P. surft jetzt mit Highspeed: Er ist der erste Süwag-Kunde, der in Eltville mit seinem neuen Glasfaser-Hausanschluss ans Netz gegangen ist. Wie der Ausbau nun weitergeht und wie auch Sie sich das schnelle Internet sichern, lesen Sie unter [+ suewag.de/faser](https://suewag.de/faser)



Saubere Sache

FRÜHJAHRSPUTZ Die ersten warmen Sonnenstrahlen scheinen durchs Fenster? Zeit, Ihr Zuhause aus dem Winterschlaf zu wecken! Maximiliane Heuer von der Verbraucherzentrale Hessen gibt Tipps, wie es nachhaltig geht.

1 Keine Chance für Keime

 Lebensmittel überprüfen und Kühlschrank reinigen: Entfernen Sie Verdorbenes, damit sich Schimmelpilze und Keime nicht vermehren. Wischen Sie die Flächen mit warmem Wasser und Essigessenz ab. Eine Schale Natron hilft gegen Gerüche.

 Alles in Plastik einpacken. Obst und Gemüse lassen sich sehr gut unverpackt kaufen und lagern. Eine gute Alternative zu Einwegplastik sind Frischhaltedosen und Gläser.



Maximiliane Heuer
Verbraucherzentrale
Hessen

2 Schrubben statt verbrennen

 Eingebrennte Reste im Backofen natürlich und umweltschonend entfernen: etwa mit zwei Esslöffeln Natron und zwei Esslöffeln Wasser. Das ist oft sogar wirkungsvoller als Chemie!

 Das Selbstreinigungsprogramm nutzen. Bei der sogenannten Pyrolyse-Funktion heizt der Ofen auf bis zu 600 Grad Celsius hoch und verbrennt Speisereste zu Asche. Das ist praktisch, verbraucht aber jede Menge Strom.



3

Reduzierte Garderobe

 Kleidung pflegen und reparieren. Ein Knopf fehlt? Der Reißverschluss schließt nicht mehr? Mit einfachen Handgriffen können Sie kleine Makel ausbessern, anstatt die Teile wegzwerfen.

 Beim nächsten Sale zuschlagen. Günstige Mode – auch Fast Fashion genannt – ist ein Problem. Die Länder, in denen sie produziert wird, achten oft nicht auf Umweltschutz oder faire Löhne.

4

Weg mit dem Elektroschrott

 Ausgediente Elektronik kostenlos beim Wertstoffhof abgeben. So können wertvolle Rohstoffe in Batterien, alten Smartphones oder kaputten Monitoren recycelt werden – und Sie haben wieder mehr Platz im Schrank!

 Batterien, elektrische Zahnbürsten und Co. in den Hausmüll werfen. Bei der Müllverbrennung werden gesundheits- und umweltgefährdende Stoffe wie Quecksilber oder Blei frei.

5

Natürlich reinigen

 Umweltschonende Putzmittel nutzen. Wasser, Natron und Essigessenz beseitigen Kalk und Schmutz im Bad effektiv. Zitronensäure entfernt sogar hartnäckigen Urinstein.

 Aggressive Reiniger mit umweltschädlichen Stoffen verwenden. Achten Sie beim Kauf auf das Siegel Blauer Engel oder das EU Ecolabel – oder machen Sie Ihre Putzmittel einfach selbst.

Umweltfreundlichen Allzweckreiniger selbst machen: Wir haben ein Rezept für Sie
 suewag.de/rezept-sauber



Die Natur macht's vor

BIONIK Von leiser bis effizienter: Clevere Lösungen aus der Natur liefern Ideen, um Energietechnik besser zu machen. Wir stellen drei Beispiele vor.

Windräder

Leise wie Eulenflügel



Auf ihren Beuteflügen gleiten Schleiereulen beinahe lautlos durch die Nacht. Dafür sorgen ihre speziell gestalteten Schwingen: Ein Federkamm an der Vorderkante verbessert die Luftströmung, am hinteren Teil reduzieren flexible Fransen den Schall. Um Windräder leiser zu machen, versah Hersteller Siemens Gamesa daher vor rund 20 Jahren erste Rotorblätter hinten mit kleinen Zacken. Später kamen noch kammartige Fransen nach dem Vorbild der Eulenflügel hinzu. Heute hat sich die Technik etabliert. Auch alte Anlagen werden nachgerüstet und erhalten ein „Eulen-Update“.



Solaranlagen

Effizienter durch Blütendesign

Je mehr Sonnenlicht auf eine Solarzelle fällt, desto mehr Strom erzeugt sie. Ein Teil des Lichts wird jedoch immer zurückgeworfen und ist nicht nutzbar. Um das zu ändern, ließen sich Forscher des Karlsruher Instituts für Technologie (KIT) von Rosenblüten inspirieren: Mikrostrukturen in deren Gewebe sind so angeordnet, dass sie Licht aus allen Einfallswinkeln optimal einfangen. Nach diesem Beispiel entstand eine Folie, die Solarmodule entspiegelt und die Reflexion des Lichts fast vollständig verhindert. Dank dieser Antireflexbeschichtung können PV-Anlagen mehr Sonnenlicht nutzen – die Hersteller versprechen bis zu zehn Prozent mehr Energieausbeute.



Wärmepumpen

Energiesparend dank „Blattadern“

Kein Platz oder zu laut? Solarthermische Fassadenelemente aus Spezialbeton könnten demnächst Außengeräte von Luft-Wärmepumpen ersetzen. Das Fraunhofer-Institut für Solare Energiesysteme (ISE) entwickelte ein Modell, das jetzt in den Praxistest geht. Das Prinzip: Die Fassadenelemente sind von Kanälen durchzogen, durch die eine Flüssigkeit fließt. Diese nimmt Wärme von Sonne und Luft auf und leitet sie in die Wärmepumpe. Die Kanäle ordnete das ISE nach einer bewährten Struktur aus der Natur an. Sie orientiert sich unter anderem an den mehrfach verzweigten Strömungskanälen von Blattadern. Im Vergleich zu parallel angeordneten Kanälen strömt die Flüssigkeit so gleichmäßiger und die Wärmepumpe arbeitet wirtschaftlicher.



Wärme aus dem Brunnen

KLIMAFREUNDLICH HEIZEN In Mainz entsteht ein neues Quartier mit Rheinblick – und innovativem Heizkonzept. Die Wärme für das Wohnviertel kommt aus der Tiefe.

Statt Bierfässer wird auf dem Gelände der früheren Rheinischen Brauerei in Mainz bald das Grundwasser angezapft – für die Wärmeversorgung eines neuen Wohnquartiers. Innerhalb des Areals befinden sich nämlich zwei Trinkwasserbrunnen. Und die regten Daniel Richter, Projektingenieur der Sūwag-Tochter SGEW, zu einer kreativen Lösung an: „Wir nutzen das Wasser nun als Wärmequelle für ein sogenanntes kaltes Nahwärmenetz für das neue Quartier.“

Das bedeutet, Wasser mit einer Temperatur von 12 bis 14 Grad Celsius wird über ein Leitungssystem zu einem Wärmetauscher geführt. Der entzieht dem Wasser die thermische Energie und Wärmepumpen heben sie auf ein höheres Temperaturniveau, das zum Heizen ausreicht. „Im Prinzip wie bei der Wärmepumpe fürs

Eigenheim, aber mit Wasser statt Luft als Energiequelle – und in größeren Dimensionen.“ Die Wasserqualität beeinflusst das nicht, daher gab auch die Wasserbehörde grünes Licht. Die klimafreundliche Wärmelösung wird zudem staatlich gefördert.



Daniel Richter
Sūwag-Experte

Um das verfallene Gelände der 1912 geschlossenen Brauerei in ein charmantes, nachhaltiges Quartier zu verwandeln, hatte sich der Bauherr bereits vor einigen

Jahren an die Sūwag Grüne Energien und Wasser (SGEW) gewandt. Er suchte nach einer möglichst klimaneutralen Lösung für die geplanten 170 Wohnungen. „Immer mehr Bauträger, aber auch Kommunen, die in den nächsten Jahren eine kommunale Wärmeplanung erstellen müssen, kommen mit diesem Wunsch auf uns zu“, sagt Daniel Richter.

Das Heizen mit erneuerbaren Energiequellen liegt nicht nur im Trend, es wird auch durch das Gebäudeenergiegesetz vorgeschrieben. Die SGEW hilft bei der Suche nach einer energiesparenden oder klimaneutralen, aber auch kostengünstigen Lösung. „Dabei gibt es kein Schema F. Je nach Gegebenheiten vor Ort erstellen wir ein individuelles Konzept“, erklärt Daniel Richter.

**ONLINE**

»Als Trainee schnuppere ich in alle möglichen Abteilungen rein – und darf sogar selbst schon Projekte leiten. Dabei erlebe ich jeden Tag, was es bedeutet, die Energiewende mitzugestalten. Besonders gut gefällt mir das wertschätzende Umfeld bei der SÜWAG: Hier zählt auch das Menschliche.«

Mach es wie Gizem Kayar, Trainee operative Systemführung, und starte bei uns durch! Ab sofort gibt es jährlich zwei Möglichkeiten dafür: Bereits am 1. April ist der neue Traineejahrgang gestartet. Die nächste Runde folgt am 1. Oktober. Informiere dich schon jetzt und nutze deine Chance auf eine abwechslungsreiche Stelle mit Übernahmegarantie:

 suewag.de/trainee



Ihre Chance, um durchzustarten

Sie möchten sich beruflich neu orientieren? Dann haben wir aktuell rund 140 Angebote für Sie: Ob Monteur, Ingenieurin oder Projektmanager – wir suchen Fachkräfte in vielen unterschiedlichen Bereichen. Denn um die Herausforderungen der Energiewende anzugehen, brauchen wir tatkräftige Unterstützung.

Als Arbeitgeber bieten wir Ihnen einen Job mit Zukunft, attraktive Benefits und das „gewisse Etwas“, das unsere SÜWAG-Familie ausmacht. Informieren Sie sich über unsere Stellenangebote – und werden Sie vielleicht schon bald ein Teil des Teams.



 suewag.com/job

IHR VORTEIL

Wir organisieren das Programm der kulinarischen Tour, spendieren die Elektroroller und zahlen Ihr Essen. Jetzt anmelden, die Teilnehmerzahl ist begrenzt!



1

AUS ALT MACH NEU

Upcycling ist in Japan nicht nur Trend, sondern Tradition. Ob zerbrochenes Geschirr oder löchrige Kleidung: Im Online-Magazin zeigen wir Ihnen, wie Sie aus alten Teilen neue Hingucker machen – auf die japanische Art. Auch Anlaufstellen für passende Workshops im Süwag-Gebiet haben wir dort für Sie zusammengestellt. Probieren Sie es aus!

+ suewag.de/upcyclen

2

KULINARISCHE TOUR

Entdecken Sie das leckerste Streetfood der Stadt mit uns! Das Süwag2GO-Team lädt Sie auf eine im wahrsten Sinne des Wortes genussvolle Fahrt ein. Gemeinsam schwingen wir uns auf Elektroroller aus unserer Flotte – und probieren unterwegs, was die City kulinarisch zu bieten hat. Den Start macht Frankfurt, andere Städte folgen bald. Alle Infos unter:

+ suewag.de/kulinarisch



3

KOMMEN SIE INS TEAM!

Sie suchen nach einer neuen beruflichen Herausforderung? Treffen Sie uns auf einer Karrieremesse und erfahren Sie mehr über die Süwag als Arbeitgeber. Vielleicht starten Sie schon bald Ihren neuen Traumjob ... Die nächsten Messeterminde finden Sie unter:

+ suewag.de/termine

Das ist los in Ihrer Region

4 EIN PARK VOLLER ENERGIE

Süwag-Tour mit neuem Konzept: Auch in diesem Jahr kommen wir in Ihrer Kommune vorbei – mit unserem Süwag-Energiepark. Entdecken Sie Ruheorte, Spielplätze und viele Stationen, um mehr über grüne Energiequellen, Effizienz und innovative Technologien zu erfahren. Für Kinder bringt Jörn Bastelideen mit. Alle Stationen unter:

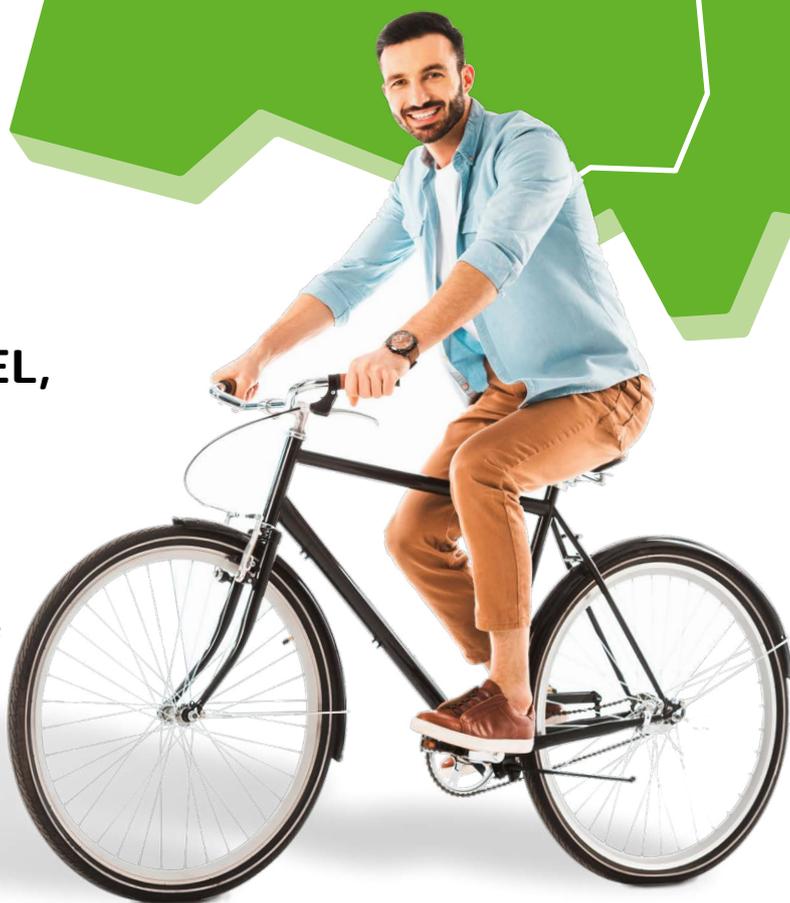
+ suewag.de/energiepark-terme



5 AUF DEN SATTEL, FERTIG, LOS!

Endlich wieder Fahrrad fahren: Der Frühling eignet sich perfekt, um Ihre Heimat auf zwei Rädern zu erkunden. Inspiration für die nächste Tour gesucht? Lohnenswerte (Fern-)Radwege finden Sie online. Egal, ob Sie eine gemütliche Tagesetappe oder gleich einen ganzen Radurlaub planen.

+ suewag.de/tour





Basteln mit JÖRN

Wetterforscher werden

EXPERIMENTIEREN Brauche ich heute einen Regenschirm? Meteorologen sagen vorher, wie das Wetter wird. Der Luftdruck spielt dabei eine wichtige Rolle. Er wird mit einem Barometer gemessen. Jörn zeigt dir, wie du eins bastelst.

DU BRAUCHST:

- ein leeres Marmeladenglas
- einen Luftballon
- zwei Haushaltsgummibänder
- einen Holzspieß
- dicke Pappe
- Schere, Klebeband, Klebestift, Flüssigkleber
- die ausgedruckte Schnittvorlage, die du hier herunterladen kannst:

[+ suewag.de/vorlage](https://suewag.de/vorlage)



Mit einem Tannenzapfen und einer Flasche kannst du weitere Instrumente für deine Wetterstation bauen

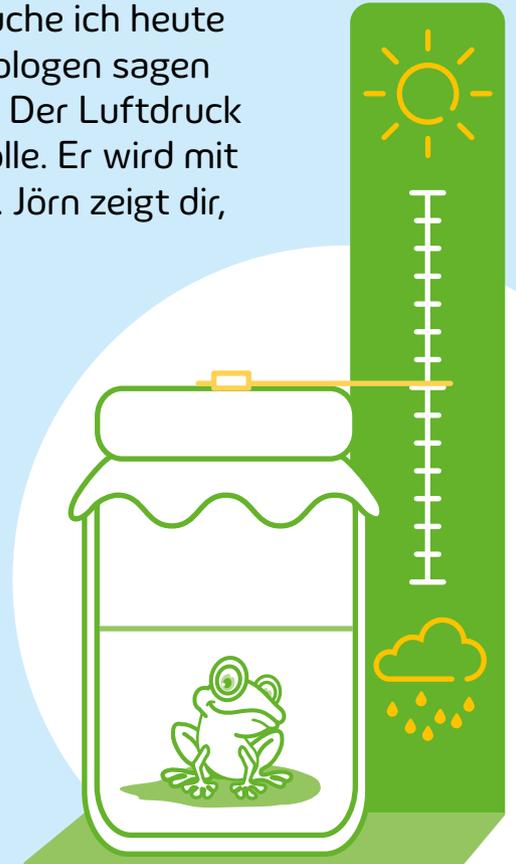
[+ suewag.de/wetterstation](https://suewag.de/wetterstation)

SO GEHT'S:

1 Als Erstes nimmst du den Luftballon und schneidest seinen Hals ab. Stülpe den abgeschnittenen Ballon über die Öffnung des Marmeladenglases. Achte darauf, dass der Ballon straff gespannt ist und befestige ihn mit den Gummibändern.

2 Als Nächstes bastelst du einen Zeiger. Dafür nimmst du den Holzspieß und schneidest ihn in der Mitte durch. Befestige den Spieß mit Klebeband mittig auf dem abgedeckten Glas. Das spitze Ende steht rechts über.

3 Für eine Messskala drucke die Schnittvorlage aus und klebe sie auf dicke Pappe. Schneide die Pappe entsprechend der Vorlage zurecht. Falte nun die Pappe entlang der gelben Linie nach oben. Wenn du möchtest, male die Skala bunt aus.



4 Befestige die Skala am Glas: Bestreiche den Boden des Glases und die Seitenlasche (grünes Quadrat) mit Flüssigkleber. Klebe das Glas mit dem Boden auf das lange, weiße Rechteck und drück die Seitenlasche an die Glaswand.

5 Stell dein Barometer draußen an einen schattigen Ort. Auch wenn du es nicht spürst, hat Luft ein Gewicht. Damit drückt sie auf die Erde. Bei hohem Luftdruck drückt die Luft auf den Ballon und der Zeiger bewegt sich nach oben. Gutes Wetter kündigt sich an. Bei niedrigem Luftdruck dehnt sich der Ballon aus, der Zeiger sinkt. Das bedeutet: Es könnte nass werden.



DEINE GEWINNCHANCE

Was misst du mit einem Barometer? Nenn uns die Antwort und gewinne eines von zehn Experimentiersets rund ums Wetter. Jetzt bis zum 15. Mai 2024 online mitmachen. Jörn drückt dir die Daumen!

[+ suewag.de/gewinn-joern](https://suewag.de/gewinn-joern)



Frühling auf dem Teller

SPARGEL Die ersten warmen Sonnenstrahlen erwecken nicht nur die Natur zu neuem Leben, sie beleben auch unsere kulinarischen Sinne: Mit einer vegetarischen Spargeltarte verwöhnen Sie sich selbst und Ihre Lieben.

Auf Spargel freuen wir uns schon den ganzen Winter. Jetzt ist es wieder soweit! Feiern Sie die Saison doch mal mit einer köstlichen Spargeltarte!

Ein Tipp, bevor es losgeht: Damit Sie das königliche Gemüse in vollen Zügen genießen können, schlagen Sie den Spargel direkt nach dem Kauf am besten in ein feuchtes Tuch ein und bewahren ihn im Gemüsefach des Kühlschranks auf. So bleibt er in der Regel mehrere Tage frisch. Vor dem Kochen sollten die holzigen Enden abgeschnitten werden.

Grüner Spargel kann direkt verwendet werden, während weißer Spargel oft geschält wird. Der Unterschied zwischen beiden Sorten? Grüner Spargel wächst über der Erde und erhält durch das Sonnenlicht seine sattgrüne Farbe. Weißer Spargel wird während des Wachstums mit Erde bedeckt. So ist er vor Licht geschützt und bleibt hell. Beide Sorten eignen sich hervorragend zum Kochen, Braten, Grillen oder – wie in meinem

Rezept – zum Backen. Für die Tarte betten Sie den Spargel Ihrer Wahl mit Kartoffeln und einer cremigen Masse auf Filoteig, auch als Yufkateig bekannt. Dieser hauchdünne, blättrige Teig ist in der Küche vieler Mittelmeer- und Nahostländer weit verbreitet. Es gibt ihn im Kühlregal gut sortierter Supermärkte.

Zuletzt noch ein Tipp für den Spargelkauf: Eine kostengünstige Alternative ist Bruchspargel. Das sind Stangen, die während der Ernte brechen und daher günstiger verkauft werden. Geschmacklich gibt es kaum Unterschiede. Gerade für eine Tarte können Sie also ruhig Spargelbruch verwenden. Guten Appetit!



Unsere Autorin

Foodbloggerin Sun-Mi Jung verrät Ihnen an dieser Stelle regelmäßig Tipps für gutes Essen und Rezepte, die großen Genuss für kleines Geld versprechen.

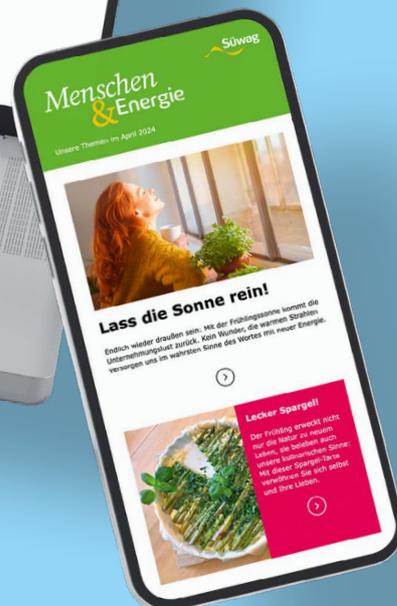


Unser Rezept zum Nachkochen finden Sie in der Online-Ausgabe!

[+ suewag.de/rezept](https://suewag.de/rezept)



Folgen Sie uns auch auf:



Hier gibt's noch mehr!



Schon gesehen? An vielen Stellen im Magazin begegnet Ihnen von nun an unser neues Online-Symbol. Das Plus bedeutet: Im Online-Magazin warten tolle Extras auf Sie. Aktuell entdecken Sie dort zum Beispiel unsere Tipps für Fahrradtouren im Frühling, das Rezept für eine köstliche Spargelarte – und noch vieles mehr.

Jetzt reinklicken!



[+ suewag.de/kundenmagazin](https://suewag.de/kundenmagazin)

Ab jetzt nichts mehr verpassen: Mit unserem Newsletter erfahren Sie immer als Erste von allen Neuigkeiten und Aktionen.

Jetzt abonnieren!



[+ suewag.de/newsletter](https://suewag.de/newsletter)

IMPRESSUM

Herausgeber: Süwag Energie AG, Schützenbleiche 9–11, 65929 Frankfurt am Main

Projektleitung: Alexandra Moog (Süwag), David Wiethoff (V. i. S. d. P.)

Kontakt: kundenmagazin@suewag.de

Redaktion und Layout: SeitenPlan GmbH, Stockholmer Allee 32 b, 44269 Dortmund, www.seitenplan.com

Druck: Stark Druck GmbH + Co. KG, Im Altgefäll 9, 75181 Pforzheim



PEFC zertifiziert
Dieses Produkt stammt aus nachhaltig bewirtschafteten Wäldern und kontrollierten Quellen
www.pefc.de